

Editoriale

Il pericolo è nella tua testa

Antonio Godino

“This moment is the ultimate moment of my life until now.” How can you say this? Because this is the moment that you’ve been practicing for your entire life. Everything you’ve ever studied and everything you’ve ever learned is now stored in your brain. The wisdom of your life experiences has reached its highest point (so far) at this very moment. This moment is made up of all that you’ve ever learned and done. All the moments of your life have added up to this very moment. So since this moment is so special, make it really special. How do you do that? With your self-talk. With your thoughts. With the way you draw upon all of your skills and talents and wisdom. With the words and the actions your mind tells you are the best for this moment. Just consider this moment special, and it is. And this is not only true for this moment. Rather, it is true for every single moment, for as long as you live. The present moment is the culmination of your life until that moment. At this moment and each moment, you get to choose your thoughts, and your words, and your actions. Make wise choices. Make choices that you will look back on later and say, “I am glad that I made those choices.”

(from Rabbi Zelig Pliskin’s book: “Conversations With Yourself”, pp. 53-54)

Questa volta, in occasione di una scadenza che assume un valore simbolico quale può essere la pubblicazione del numero 30 e del XVII volume della rivista *Psychofenia*, non proporremo le mie sole riflessioni nell’editoriale che introduce come di consueto la rivista, ma ospitiamo un intervento assai interessante ed articolato di una studiosa israeliana sulla relazione stretta fra le dinamiche emozionali e il benessere psico-fisico della persona.

Questo contributo, che è ripreso con l’autorizzazione dell’autrice nella forma in cui è stato pubblicato nel sito *Aish.com*, illustra molto

bene un punto di vista olistico e anche filosofico-religioso che è anche il nostro e che abbiamo delineato in diversi dei nostri editoriali che hanno affrontato il problema della dicotomia solo apparente fra mente e corpo, della necessità di ridefinire il concetto di conoscenza e di verificabilità, della utilità di scansare le tentazioni di ridurre la ricerca scientifica e quella psicologica in particolare alla sola dimensione della neurofisiologia (od a quella speculare della antropologia culturale) e del comportamentismo.

Il ragionamento alla base delle nostre scelte non è mai stato preclusivo della pubblicazione di lavori di ricerca che partano da altri presupposti teorici e metodologici, poiché i lavori ospitati nel corso degli anni (ormai oltre duecento paper di ricerca o di meta-analisi e revisione di studi osservativi e sperimentali) hanno sempre dovuto passare per il vaglio di due referees anonimi. Anche grazie a questo filtro la rivista si avvia ad ottenere il riconoscimento della fascia A delle pubblicazioni scientifiche ed è stata inserita nei più importanti sistemi mondiali di indicizzazione.

A questa visione aperta ed inclusiva della psicologia appartiene sicuramente non solo la rivista *Psychofenia* ma anche questo importante contributo che introduce il trentesimo numero.

Lecce, dicembre 2014

Antonio Godino